

- 120** Con humildad y desconfiando de vos mismo habéis de acudir al Señor reconociéndoos viles, bajos y nada, pero poniendo en El vuestra confianza.
- 121** En la oración sed humildes, fervorosos, resignados y perseverantes.
- 122** Pensad que Dios oye con agrado a los humildes y puros de corazón y que nos atiende según sea nuestra fe.
- 123** Orad con gran reverencia pensando que estáis ante la divina majestad, delante de la cual tiemblan las columnas del cielo.
- 124** La oración vocal por sí sola no es bastante para unir el alma con Dios, infundir particular luz o adquirir la virtud.
- 125** La meditación de la Pasión de Jesús alimenta y embriaga al alma en el amor divino; mas es preciso unirse a Jesús, meditarla con pureza de corazón y vacío de sí mismo y de nuestro amor propio si queremos gozar de este dulce alimento y divina embriaguez, al modo que el vino para que produzca estos efectos es necesario que sea puro y con poca mezcla de agua.

126 Con más respeto, si cabe, hemos de tratar con Dios cuando se ejercitan los afectos que cuando trabaja el entendimiento, pues éste sólo mira y conoce a Dios, mientras que el afecto le habla.

127 No pongáis vuestros deseos ni busquéis como fin los gustos y dulzuras espirituales, ni os preocupéis mucho de sentimientos y suavidades extraordinarias.

128 Estimad sólo aquellos gustos y sentimientos que os animan a no desfallecer en la fatiga y a sufrir alegremente por amor a vuestro Esposo, pues el deseo de honrar a Dios y de obrar según su voluntad son los sentimientos y gustos que yo desearía saborearseis.

129 Cuando el alma nace para Dios recibe de El la leche de la consolación, pero después debe abandonar este suave alimento y, en cambio, dar sangre, esto es, ejemplo de veraz virtud y de un sufrimiento sincero por su amor.

130 Con gran instancia y frecuencia debéis pedir al Señor que os haga buscar y gustar la suavidad de su yugo, pues de no gustarla procede el que se camine con tanta tibieza en la virtud.

- 131** Pedid a Dios cada día que de todas las obras internas y externas en las cuales no busquéis la sola gloria de Dios, no recibáis sino disgusto, humillación y confusión.
- 132** Que el Señor os haga comprender cuán excelente cosa sea padecer por su amor.
- 133** Obligad a Jesús con vuestros ruegos que os dé siempre un pastor celoso del honor de Dios.
- 134** Rogad frecuentemente por la Santa Madre Iglesia y por su Pastor Supremo.
- 135** Un fruto particular de la oración debe ser el obtener fuerza para sufrir cualquier mortificación.
- 136** Al acabar la oración habéis de estar prontos y preparados a recibir cualquier reprehensión con razón o sin ella estando tan firmes en Dios que nada pueda perturbar la paz de vuestra alma.

XIV

Examen de conciencia y Confesión

- 137** El conocimiento de la propia miseria y de la pureza divina se adquieren con la consideración del ser de Dios y con el detenido examen de sí mismo.
- 138** El examen de conciencia hacedlo tres veces al día, no sólo para confesaros bien, sino también para quitar de vosotros los defectos e imperfecciones. Sed diligentes en examinaros.
- 139** En la confesión usad palabras de confusión para que sea más grata a Dios y acordaos que vais a lavaros en la sangre de Jesús.
- 140** Con respeto y reverencia debéis acercaros al sacramento de la penitencia, pues vais a

recibir sobre vosotros la sangre del Verbo Encarnado. Y es tanta la hermosura y dignidad que le viene al alma recibiendo mediante la absolución esta sangre divina de la cual queda toda cubierta y adornada que si así la vierais, en cierto modo, la podríais adorar.

XV

La Santa Comunión

- 141** Cuando vayáis a comulgar pensad que recibir a Dios es la mayor y más alta cosa que podéis hacer.
- 142** Guardaos de comulgar por rutina y como por costumbre, y poned devoción actual.
- 143** Si pensáis que mientras duran las especies sacramentales tenéis en vosotros a toda la Santísima Trinidad, no comulgaréis tan a la ligera; y al mismo tiempo no omitiréis fácilmente la comunión por no privaros de tanta gracia
- 144** Evitad el que por vuestra falta de deseos y disposiciones cerréis esta ventanita del cielo.

145 No hay medio más eficaz para perfeccionar el alma que acercarse a esta sagrada mesa; si sabéis aprovecharos bien, en poco tiempo llegaréis a la plenitud en el amor de Dios; una sola comunión es apta para hacer una alma santa.

146 Por vuestra voluntad no os privéis nunca de comulgar; no sabéis en qué Comunión Dios ha dispuesto daros gracias y dones especiales.

147 Gran desconsideración se haría al amor por el cual Cristo se quedó, si se dejara de comulgar siempre que se pueda.

148 Que una comunión os sirva de preparación para la otra, esto es, tened una tal vigilancia sobre vosotros mismos por haber recibido a Dios, que llegue el tiempo de comulgar de nuevo, teniendo los mismos pensamientos.

149 Hacedlo todo bien, con pura y recta intención de agradar a Dios; esto os servirá de buena preparación.

150 Ofreced al Señor todos vuestros actos y ejercicios; para mejor disponeros ofreced también la Sangre misma de Jesús.

151 Por la noche al acostaros y al despertaros por la mañana recordad que vais a comulgar.

152 Si tenéis alguna queja contra algún hermano, antes de acercaros a comulgar, haced por sentir un gran afecto para con todos; de no sentirlo, pedídselo a Jesús, que os lo dará. Y estad prontos a dar la vida y la sangre por aquella persona si tal fuere la voluntad de Dios. Después id tranquilamente a comulgar.

153 Tened presente que Dios es amor y por amor quiere comunicarse al alma mediante este alimento de amor.

154 Acercaos a comulgar con sentimiento de humildad y conocimiento de vuestra baja;za; recurrid a la Sangre y Pasión de Jesús. En cuanto a mí, sé deciros que de no ser por esta Sangre no me atrevería a llegar a la mesa divina.

155 Pensad cuán grande es la misericordia y bondad de Jesús, pues siendo merecedores de estar sepultados vivos en el infierno, se os da El mismo en el Santísimo Sacramento.

156 ¡Es una cosa tan grande que siendo como somos, criatura tan vil y miserable, poda-

mos recibir a Dios dentro de nosotros! ¡Qué pureza no debe haber en vuestro corazón debiendo recibir a la fuente misma de la pureza!

157 Dios se ha quedado por amor, pero quiere que vayamos a recibirle con gran sentimiento de amor y de gratitud.

158 Antes de comulgar, procurad considerar durante un ratito que es a Dios a quien vais a recibir; porque el no sacar fruto de este divino manjar nace de no penetrar bastante la grandeza de lo que se hace: recibir a Dios.

159 Recibid siempre este divino manjar en memoria de la Pasión de Jesús, según El mismo nos lo prescribe.

160 Cuando tengáis dentro de vosotros al gran Dios, esforzaos por perderos en El, pensando que en estos momentos sólo Dios y vos existís en el mundo.

161 El mejor y más precioso tesoro que podéis poseer es a Jesucristo después de comulgar. Sed, pues, conscientes de este tesoro y dejad libertad a Jesús para que purifique, ilumine y santifique vuestras almas.

162 El momento más oportuno para tratar con Dios, escuchar sus inspiraciones y aprender de El mismo a servirle según su voluntad, es indudablemente cuando tenéis dentro de vosotros a este divino huésped. Debéis, pues, estar atentos a su divina voz, porque el que aprende del mismo Jesús, no tiene necesidad de otros libros ni de más enseñanzas.

163 Procurad llenar todo este santo tiempo con amorosos afectos, alabanzas y acciones de gracias; abandonaos por entero a la divina voluntad; brindaos a sufrirlo todo para gloria de Dios, y arded en deseos de ayudar a todo el mundo y de glorificar a la Santísima Trinidad por medio de este Santísimo Sacramento.

164 El día que hayáis comulgado, tened especial cuidado de que vuestro corazón no pierda la paz para que Dios no se aleje de vuestras almas, y recordad a menudo que por la mañana le habéis recibido.

165 El que comulga frecuentemente debe sacar fuerza de este divino manjar para soportar cualquier gran sufrimiento que pueda sobrevenir; en cuanto a vosotros, deberíais maravillaros y confundiros a la vista de vuestra poca virtud, pues cualquier cosilla basta para inquietaros...

¿Qué haríais si vuestras pruebas fuesen grandes? Procurad, al menos, humillaros, que es una buena disposición para adquirir la virtud.

166 El alma que frecuenta la comunión debe llegar a tal estado de indiferencia, de resignación a la voluntad de Dios, y de obediencia, que ya ni siquiera pueda saber lo que quiere ni lo que le gusta.

167 Pedid continuamente al Señor un director espiritual que os disponga a acercaros a la Divina Mesa revestidos con la mayor dignidad de que es capaz un hombre mortal, y que además esté inclinado a mantener abierta esta ventanita del cielo.

168 Pedid a Dios que excite el hambre de este divino manjar en el alma de todos los fieles.

XVI

Caridad

169 Amad a todos vuestros hermanos, pues éste es el precepto de Jesús; y que este afecto, y este amor, sea tan grande en vosotros, que cada vez que encontréis a vuestros hermanos experimentéis una gran alegría, como si fuese la primera vez que los vieseis.

170 Recordad a menudo que Jesús cuando estaba en la tierra dijo: "Un precepto nuevo os doy: que os améis los unos a los otros..." Y que en esto se conocería a sus discípulos: en el amor.

171 Quisiera que amaseis a vuestros hermanos como a hijos de un mismo Padre y de una misma Madre, como a miembros de una misma casa.

172 Abrazad a todo el mundo con un vínculo de amor, amando siempre a todas las criaturas; mas hacedlo sin el más mínimo apego ni afecto desordenado; hacedlo sólo porque Dios las ama y quiere que vosotros las améis.

173 Amad la caridad más que a vosotros mismos.

174 Yo diría que aquellas almas que no aman al prójimo, y no sienten un amor profundo las unas para con las otras, es que no conocen a Dios.

175 Para amar al prójimo es preciso ser indulgente con él; pero tener una tolerancia sabia, o sea, no tener demasiada. Porque cuando se advierte algo que ofende a Dios, entonces conviene dejar a un lado cierta clase de indulgencia que no es según la caridad, y decir las cosas leal y sinceramente, como se piensan.

176 Tolerad los defectos de vuestros hermanos; disculpadlos siempre, y sentid sus disgustos y penas como sentís vuestros propios sufrimientos.

177 Compadeceos a Jesús, vuestro Esposo, y a los que participan de su Pasión; El está

en el cielo, y ya no puede sufrir más, pero si compadecéis a sus miembros, El lo considerará como hecho con El mismo.

178 Alegraos de las cualidades de vuestros hermanos; como obligación para la perfección, basta con agradecerse las a Dios, pero si le podéis honrar de un modo más sublime, ¿por qué no habéis de hacerlo?

179 Alegraos del amor que Dios tiene a sus criaturas y de la perfección que les comunica.

180 Si deseáis para vosotros un grado de gracia, pedid dos a Dios para vuestros hermanos, porque tenéis que creer que ellos lo merecen más, que obtendrán más fruto y que darán a Dios más gloria que vosotros. Con esto purificaréis vuestras almas de todo amor propio, y os dispondréis cada vez más a recibir iguales gracias.

181 Deseo ardientemente que tengáis una caridad tan grande, que os alegréis y agradezcáis más a Dios los beneficios y las gracias que concede a vuestros hermanos que los que os dispensa a vosotros mismos; y que deseéis mucho más que Dios ame a vuestros hermanos que

el que os ame a vosotros. No tengáis interés en ser amados, antes al contrario, pedidle a Dios lo que antes os he dicho, movidos por el convencimiento de que vuestros hermanos le agradecen mucho más sus beneficios y corresponden a ellos más que a vosotros.

182 Si Dios, por un imposible, resolviera conceder a vuestros prójimos gracias que habían de servirles para causaros aflicción, vosotros, de todos modos, habíais de desear para ellos toda la gloria de los serafines, aunque la hubieran de emplear en contra vuestra.

183 Que el desprecio del prójimo y la murmuración no tengan cabida en vuestras almas.

184 Pensad y hablad de vuestro prójimo como queréis que se piense y hable de vosotros mismos.

185 Hablad siempre lo menos posible de vuestro prójimo, aunque sea en bien, porque pocas veces deja de añadirse un “pero”; y lo mismo que al manosear un vaso es fácil que se rompa, así al prójimo, al hablar mucho de él, se le ofende fácilmente.

186 No digáis jamás a espaldas del prójimo lo que callaríais en su presencia.

187 Si conociera a una persona que jamás en su vida hubiera hablado mal del prójimo, la juzgaría digna de ser canonizada.

188 ¿Por qué no habláis de vuestro prójimo como lo haríais del mismo Dios (por decirlo así) y de los bienaventurados del cielo?

189 Quisiera que, al tratar con cualquier hermano vuestro, o al hablar de él, tuvierais presentes estas consideraciones: que es hijo de Dios, templo del Espíritu Santo y hermano de los ángeles. Por tanto, hablad con él y de él con el respeto que se debe a una persona dotada de tales cualidades.

190 Sed comunicativos, porque si vosotros no sacáis fruto de las gracias que Dios os concede, puede ser que, al comunicarlas, los otros las hagan fructificar.

191 Amad a todos vuestros hermanos con mutuo y profundo amor, siendo los primeros en ayudarles en todas sus necesidades y rogándoles humildemente que cuando necesiten algo os lo digan.

192 Cuando podáis ahorrar un trabajo a vuestros hermanos, hacedlo.

193 Es mejor fatigarse y hacer las cosas los unos por los otros que el que cada uno obre en su provecho. Porque hacer las cosas para uno mismo no es más que amor propio, pero hacerlas por los demás es caridad.

194 Cuando se trate de servir al prójimo, no hagáis caso de vuestro cuerpo, porque no es más que un asnillo que ha de llevar la carga día y noche, y no conviene dejarle en reposo.

195 Considerad como perdido el día en que no hayáis hecho ningún acto de caridad para con el prójimo.

196 Sed alegres y prontos en el ejercicio de la caridad, animados con el pensamiento de que servís a Dios en sus miembros. Porque Dios considera como hecho con El lo que se hace a una criatura por su amor. El es vuestro Padre, y debéis amarle; es vuestro Esposo, y debéis obsequiarle como esposas; pero como esto no lo podéis hacer con El mismo, os ha dejado al prójimo para que le sirváis en puesto suyo; hacedlo, pues, con gran afecto, pensando que tratáis con el mismo Dios.

197 Aunque en el ejercicio de la caridad para con vuestros hermanos servís muchas ve-

ces a los cuerpos, es necesario que penséis siempre en el alma y veáis en ella la imagen y semejanza de Dios.

198 Mientras servís y obsequiáis a vuestros hermanos, meditat indistintamente las siguientes consideraciones: que son hijos del Eterno Padre, templos del Espíritu Santo y hermanos de los ángeles; o bien, considerad el amor con que Dios les ha favorecido, y que estos pensamientos os exciten a practicar con ellos la caridad, llenos de afecto.

199 Consideraos indignos, y estimad como una gran gracia el poder servir a las almas, que son Sagrarios del Espíritu Santo.

200 Jamás debéis permitir que un hermano vuestro sufra por amor a vosotros, antes bien, preferid siempre ser el que se mortifica, a ser el que da que padecer.

201 Aplicaos a soportar cualquier contrariedad por vuestros hermanos, especialmente si se trata de tranquilizar y consolar un alma, porque el corazón inquieto no ofrece verdadero reposo a Dios, y vosotros no debéis desear otra cosa que él llevar a Dios sus criaturas.

202 Cuando se os presenten ocasiones de ser contrariados, e incluso injuriados, tomaos especial interés por agradar a aquel que os hiera y demostradle, cuando sea oportuno, que le estáis agradecidos por la injuria e injusticia que os ha ocasionado.

XVII

Trato con los demás

203 En el trato con los demás, sed alegres, dulces, humildes, pacientes, prudentes y comedidos.

204 Pensad que todos vuestros hermanos son otros tantos ángeles sobre la tierra, y recordad que están ennoblecidos con la imagen de Dios, vuestro Padre.

205 Cuando algún hermano vuestro os parezca pobre e imperfecto, pensad que seguramente tendrá alguna cualidad interior por la que Dios se complazca en él.

206 Al encontraros con vuestros hermanos, pensad que estáis en un coro de ángeles, pues

la virtud de la virginidad les hace semejantes a ellos.

207 Si os cruzáis con algún hermano vuestro, saludadle con palabras que exciten a amar a vuestro Padre Celestial.

208 Procurad que vuestros sentimientos y las potencias de vuestras almas sean para vuestros superiores y hermanos, e incluso para los mismos ángeles, como espejos de pureza y de unión con Dios, de tal modo que estas virtudes muevan al mismo Creador a miraros con especial complacencia.

209 Que vuestro cuidado sea Dios, que en vuestro obrar permanezcáis en su unión, y que todas vuestras potencias estén ocupadas en El; así, en el trato con los demás, no os molestará la variedad de caracteres, porque estaréis de tal manera sumergidos en Dios que no repararéis en exterioridades.

210 No prestéis atención a lo que no necesitáis saber ni a las cosas que carecen de utilidad, antes bien, haceos sordos a todo aquello que comprendáis no va a servir para dar gloria a Dios.

211 Cuando os encontréis con vuestros hermanos en el lugar de trabajo o en cualquier otro sitio, y si por humana fragilidad se comenta alguna cosa que no sea del agrado de Dios, buscad la manera de impedirlo.

212 Esforzaos por vivir con recogimiento y con santa sencillez en medio de vuestros hermanos, hasta tal punto que ninguno se atreva a acercarse a vosotros para criticar ni para murmurar.

213 Complaceos en hablar con los más despreciados, con los menos queridos, con los más humillados.

214 Procurad observar la virtud de vuestros hermanos para imitarlos y cerrad los ojos a todos sus defectos.

215 Tened una mente tan limpia que sólo capte el lado bueno de las cosas, incluso en el mismo mal.

VIII

El modo de hablar y el silencio

216 En vuestras palabras, sed veraces y graves, humildes, modestos y, cuando sea preciso, alegres. Recordad lo que dice Jesús, vuestro Esposo: "*De omni verbo otioso...*", etc., y de lo que está escrito en otro lugar: *Sermo virginis tamquam sermo Dei, rarus et prudens*

217 No habléis jamás de las cosas del mundo, ni siquiera de vuestros mismos parientes.

218 Sed rectos y veraces en todas vuestras palabras; llamaréis siempre virtud a lo que es virtud, y vicio, al vicio; y jamás os andaréis con disimulos.

219 Sed prudentes, considerados y parcos en vuestras palabras y no habléis jamás de vosotros mismos ni para bueno ni para malo.

220 Cuando vayáis a hablar, procurad pensar antes estas tres cosas: Si lo hacéis por pura gloria de Dios, si os mueve a ello el provecho y la paz de vuestro prójimo y si es de necesidad que habléis en ese momento.

221 Guardaos de las palabras ociosas, es decir, de aquellas que no sirven para dar gloria a Dios, o para el bien y provecho del prójimo o de uno mismo; también puede suceder que algunas palabras sirvan para alabar y honrar a Dios, aunque no para la utilidad del prójimo.

222 Sed muy fieles en la observancia del silencio, porque rara vez no constituye falta todo lo que se dice en ese tiempo sin necesidad.

223 Si no os agrada el dulce silencio, es imposible que podáis gustar de las cosas de Dios; y así viviréis siempre afligidos e inquietos, porque de no saber refrenar la lengua brotan muchos males, que son causa de gran inquietud.

XIX

Los actos externos

224 En las obras externas, someteos a la voluntad de los superiores sin hacer caso de vuestro cuerpo ni de la fatiga.

225 Haced todos los actos exteriores como de paso, sin ningún afecto, y como si no os perteneciesen; no tengáis más ilusión que dar gloria a Dios.

226 Cuando realicéis algo acertadamente y casi a la perfección, no os inquietéis después por si en otro momento no conseguís hacerlo insuperablemente; porque muchas veces el alma que no está fundamentada en la humildad pierde con estas cosas la sencillez y la pureza de intención. Así os afianzaréis más y más en la humildad.

227 Hermanos, cuando bajáis una escalera, no lo hacéis sin motivo; quiero decir con esto que no procedáis nunca con ligereza en vuestras acciones, aunque sean tan insignificantes como el andar dos pasos, y que las realicéis con tal pureza de intención y de tal modo, que al terminarlas no os encontréis con las manos vacías por no haber logrado nada.

228 Asimismo, no os inquietéis cuando no podáis pensar en Dios por estar ocupados en alguna obra externa; haced intención de trabajar para gloria de Dios, y El aceptará todo lo realizado de ese modo igual que si pensaseis en El; obrad siempre con perfección y con gran humildad, pensando que Dios tiene la mirada puesta sobre vuestros corazones.

229 Además de tener una pura y recta intención en todos vuestros actos, sed más partidarios de ofrecerlos en unión con la actividad de Jesús en el mundo que de meditar mientras los ejecutáis; porque puede suceder que una criatura se abisme en contemplación celestial, pero al faltarle aquella pureza de intención de obrar sólo para gloria de Dios y de unirse a los actos de Jesús, pueden mezclarse en ella defectos; y otra, sin embargo, podrá muchas veces tener pensamientos inútiles, pero al obrar con

sinceridad y rectitud de intención, sólo por amor de Dios y muy unida a Jesús, conseguirá que en sus actos no se mezcle defecto alguno.

230 No os acostumbréis a obrar a la ligera, porque a Dios no le gustan las obras hechas sin reflexión.

231 El que en religión obra negligentemente, es un peso para ella, ya que su actividad se limita a dejarse remolcar.

232 Procurad obrar siempre como si estuviérais en el último instante de vuestra vida, y alegraos con el pensamiento de que Jesús, vuestro Esposo, es un justo remunerador, que os premiará generosamente todo lo que hayáis hecho o padecido por El, por pequeños que sean tales actos.

XX

Oficios en la religión

233 En la ejecución de los oficios que os encomienden, comportaos con humildad, con gravedad y prudencia; sed diligentes y afables, y aceptad siempre la voluntad de vuestros superiores.

234 Sea cual fuere vuestro oficio, cuidad de que todos tengan lo necesario, sin acepción de personas ni respetos humanos.

235 Lo que tengáis que hacer, hacedlo sin ansiedad, pero tampoco con demasiadas cavilaciones; con esto no quiero deciros que obréis sin reflexión, pero sí que una vez que hayáis pensado lo que tenéis que hacer, y cómo, no perdáis ya el tiempo en darle vueltas al asun-

to; pero tampoco os dejéis llevar por la impaciencia de ejecutarlo lo antes posible.

236 Conservad en todos los cargos que se os confíen la humildad que teníais en el Noviciado.

237 Estad contentos con los cargos que se os den. Aunque se os diga: “Hermano, su oficio será guardar los muros de este Convento”, aceptad cualquier cosa que os mande la obediencia con paz y alegría.

238 En todas las elecciones, tened como norma el asignar cada cargo a la persona más apta para llevarlo a cabo, sobre todo si se trata de escoger superior; pensadlo bien antes, rezad mucho, y después dad vuestro voto según lo que Dios os inspire y sin hacer caso de respetos humanos; no tengáis otro móvil que la gloria divina y el bien de la religión; y para estar más seguros, ateneos siempre al consejo y parecer de los que sabéis tienen verdadera inteligencia y celo por el bien de la religión, porque tiene verdadera importancia el que la dirección recaiga sobre una persona o sobre otra.

XXI

El pecado

239 No hay nada que tanto entorpezca al alma para elevarse hasta Dios como el pecado; debéis, pues, guardar vuestro corazón con toda diligencia, no sólo de la culpa, sino de la más mínima imperfección, y, por lo mismo, procurar adquirir las alas del desprecio de vosotros mismos y del amor de Dios.

240 Es imposible que jamás se una a Dios el alma habituada al pecado.

241 ¿Sabéis, hermanos, lo que es pecado? Toda obra que no es del agrado de Dios.

242 Probad manteneros lejos del pecado y veréis cómo Dios se albergará en vuestras almas con el ejercicio de las virtudes contrarias a las culpas.

XXII

Temor a caer

243 Cuidad continuamente de no hacer ninguna cosa que, al apartaros de Dios y de las criaturas, vaya a privaros de todo bien.

244 Pensad que pronto vendrá la muerte y que no sabéis cuándo.

245 Recordad que no sólo rendiréis cuentas a Dios de vuestras malas obras, sino también de las buenas acciones que hayáis omitido.

XXIII

Causas de la tibieza

246 ¿Sabéis por qué sois tan tibios en el servicio de Dios? Porque vivís sin reflexión y no tenéis verdadero interés por vuestra propia salvación y perfección.

247 El alma que quiere conseguir la perfección necesita, entre otras cosas, conocer y apartar los obstáculos que le impiden llegar a ella, los cuales son especialmente tres: el amor a las criaturas, y mucho más el amor propio; el disimulo, o sea, pensar una cosa y decir otra; y la desobediencia a Dios y a los superiores.

248 Manteneos lejos de vosotros mismos y despojados de todo amor propio; no busquéis jamás vuestra comodidad en ninguna de vuestras obras.

249 Tened la seguridad de que cuanto más apegados estéis a vosotros mismos, tanto más os apartaréis de Dios, porque la Suma Pureza no soporta la más mínima sombra de amor propio en el alma; por el contrario, cuanto más os alejéis de vosotros mismos, tanto más os acercaréis a Dios, Sumo Bien.

XXIV

Guarda del corazón

250 Tened bien guardado vuestro corazón, porque así caeréis menos en los defectos e imperfecciones y haréis grandes progresos en el servicio de Dios.

251 Procurad que no pase un solo instante en que no sepáis dónde se encuentra vuestro corazón.

252 No déis entrada en vuestros corazones a lo que no pueda presentarse ante la Pureza Infinita de Dios.

253 No me gusta veros siempre tranquilos en la misma actitud y sin tener dificultades,

porque temo que hayáis puesto todo vuestro empeño en lograr la compostura exterior, descuidando vuestros corazones; y si sólo atendéis a estas naderías, nunca avanzaréis en la verdadera virtud.

XXV

Medios para vencer las pasiones

254 Las pasiones en el alma son como espinas que la hieren, por lo cual las debéis lanzar fuera de vosotros.

255 Nunca se debe traslucir al exterior del religioso el más mínimo movimiento de sus pasiones.

256 Para no dejaros llevar de vuestras pasiones, pensad en el exterminio a que han arrastrado a las almas que se dejaron dominar por ellas; meditad las obligaciones que lleva consigo el vestir un hábito religioso, la vocación y el estado que habéis elegido; considerad lo que Dios os pide por vuestra vocación, y la gran dignidad que supone el que Dios se digne lla-

mar a su servicio a criaturas tan miserables como vosotros.

257 La presencia de Dios, especialmente en el misterio de su Pasión, es una poderosa ayuda para vencer las propias pasiones.

258 Jesús ha querido sufrir hasta la muerte, y recibir tantos tormentos y heridas, para que las almas, sus esposas, mortificaran sus pasiones.

259 Tan pronto como sintáis que se levanta una pasión, recogeos en vuestro corazón con Dios, o bien, haced un acto de humildad.

260 Haced todo lo contrario de lo que os sugieran vuestras pasiones.

261 Cuando os encontréis apasionados o alterados, en vez de dar salida a la pasión, postraos inmediatamente de rodillas y confesad vuestra culpa, sin aplazar el humillaros después de haber sofocado aquel desahogo que apetecíais.

262 El alma que se deja dominar por sus pasiones se hace como irracional, y el día del juicio habrá de rendir una cuenta muy estrecha.

XXVI

Los planes de Dios

263 Cuando sucedan cosas que vayan contra vuestro gusto y os parezca que las criaturas hacen todo lo contrario de lo que a vosotros os conviene, deponed vuestro entendimiento, voluntad y ciencia, y abandonaos a vuestros superiores como si estuviéseris muertos, obedeciendo con sencillez. Permaneced alegres en medio de las dificultades que se os presenten en el servicio de Dios y pensad que todo ello sucede por voluntad de Dios, que lo ha ordenado ya así desde toda la eternidad, para vuestro bien, aunque ahora no alcancéis a comprenderlo.

264 Cuando el Señor permite que seáis tentados, pensad que lo hace porque tenéis excesivo afecto a aquello que es causa de la tentación.

XXVII

Fundados en la virtud

265 El que quiera perseverar y adelantar, tanto en el servicio de Dios como en la verdadera virtud, debe procurarse ante todo verdaderos y sólidos cimientos. Porque por muy buenas y santas que sean las obras, si no se fundamentan en la Verdad, que es el mismo Dios, carecen de valor ante El. Estoy por decir que, sin esta veracidad y sencillez, más vale no obrar.

266 Jamás llegaréis a adquirir la verdadera firmeza y estabilidad en el bien si no es por medio del sufrimiento y la mortificación.

267 A Dios no se le encuentra de verdad en la dulzura y el deleite espiritual, porque El habita en medio de la auténtica virtud, y ésta

no se adquiere con suavidad ni consuelos, aunque sean espirituales, ni por las consideraciones que recibamos de las criaturas.

268 No me inspiran confianza las almas que, durante toda su vida, han navegado en un mar de dulzura y tranquilidad, adquiriendo en este medio su perfección; porque estoy segura de que no es verdadera virtud la que nunca ha soportado grandes pruebas, tales como la tentación o las tributaciones, ya vengan éstas de parte de Dios o de las criaturas, o bien del mismo demonio; y cuando faltan estas pruebas, la virtud no es verdadera, sino aparente, y con el tiempo no quedará en el alma ni rastro de ella.

269 La virtud reside en medio de contrariedades e intensos sufrimientos; y allí la encontrará quien de veras desee establecerla en su corazón.

270 ¿Qué hacer cuando en el ejercicio de la obediencia, o en alguna otra ocasión, sintáis gran repugnancia y rebeldía, cuando para realizar una cosa necesitéis violentaros enormemente?... No os preocupéis entonces de que os ayuden a venceros con buenas palabras, porque éstas mitigan el sentimiento, pero no la rebeldía de la voluntad, y en otra ocasión volveréis a sen-

tir la misma repugnancia y rebelión. Porque la verdadera virtud se asienta en medio de las dificultades, y unos cuantos actos heroicos pueden formar el hábito. Es preciso que trabaje y ponga de su parte el que quiera agradar a Dios.

271 Si queréis alcanzar la perfección a la que Dios os llama, os es muy necesario no tener ningún complejo de imposibilidad, tanto para las obras internas como para las externas, antes bien, debéis confiar grandemente en Dios y en la obediencia.

272 Estad más atentos a lo que Dios os pida que a vuestros propios sentimientos.

273 Es más agradable a Dios una obra hecha contra gusto, que muchas realizadas con agrado y sentimiento; sin embargo, cuando estéis en sequedad y abandono, alegraos y gozaos de que Dios se digne haceros partícipes de sus mayores dones y de los dulcísimos manjares con que acostumbra a regalar a las almas que más ama.

274 Anhelad tener afición a muchas cosas para poderos privar de ellas, muchos deseos para ahogarlos y mortificarlos, una naturaleza

difícil para vencerla (siempre que se siga igual gloria de Dios), y así tengáis más que ofrecer a Dios y, al padecer por estas causas, podáis honrarle más.

275 Abandonad todas las cosas que os agradan y practicad todo aquello que os disgusta y os repugna.

276 Alegraos en todas las dificultades que se os presenten en el servicio de Dios, que así las agradeceréis al Señor especialmente; estad contentos y anhelad servir al Altísimo con mortificación.

277 Sed alegres y permaneced contentos en medio de las dificultades, tribulaciones y tentaciones de esta vida, porque en este corto lapso de tiempo os ganáis el premio eterno, y por un actito de mortificación y abnegación adquiriréis la gloria eterna y el eterno esplendor de la faz de vuestra alma; los mártires han padecido durante una breve etapa, y el premio de sus fatigas durará eternamente.

XXVIII

La mortificación

278 Jesús se complace y reposa en aquellas almas que son mortificadas en todas sus potencias y sentidos y que tienen sometidas todas sus pasiones concupiscibles e irascibles, de tal manera que las unas no deseen nada en contra de la voluntad de Dios, y las otras no se muevan sino por aquellas cosas que pertenezcan al honor de Dios y provecho del prójimo.

279 Que no pase ningún día en que no os mortifiquéis, bien en las miradas, privándoos de tales gustos para mayor gloria de Dios, bien en lo concerniente al oído o en todas las demás acciones.

280 Mortificaos siempre en la comida en todo lo que no sea de necesidad.

281 No toméis jamás la comida por placer, sino por necesidad, con pena y con desprecio de vosotros mismos, por tener que mantener a vuestro cuerpo, que es un enemigo que siempre lucha contra vosotros.

282 Arrepentíos de haber perdido el día en que no os hayáis mortificado.

283 Yo creo que la felicidad de la pobreza de espíritu es la que más nos cuadra a los religiosos (aunque también a los demás); y puede conseguirse tan sólo con destruir nuestros propios deseos, por pequeños que sean; así pues, seamos mortificados en nuestras obras, tanto interna como externamente.

284 El corazón del alma religiosa debe llevar siempre la cruz de la mortificación y no hacer jamás su propia voluntad; por tanto, si decidisteis entrar en religión para gozar siempre de consuelos, os habéis equivocado por completo.

285 Antes de conseguir la unión con Dios necesitáis olvidaros de vosotros mismos.

286 Aplicaos a contrariar vuestros gustos con una mortificación constante, y ya veréis

cómo Dios se une a vuestros corazones mucho más que por cualquier otra práctica de oración o contemplación.

287 Aunque es de gran perfección la vida solitaria, yo prefiero la de comunidad, porque en ella constantemente se tiene ocasión de morir a sí mismo, mediante la destrucción de la propia voluntad.

288 Si vuestros actos se ordenan a satisfacer vuestros gustos e inclinaciones, y no a destruirlos verdaderamente para que Dios pueda vivir en vosotros, nunca lograréis dominar vuestras pasiones internas.

289 No viviréis para Dios mientras no muráis, mil veces cada día, a vosotros mismos y a vuestros propios gustos.

290 Quien de veras desee servir a Dios, no debe hacer otra cosa que morir a sí mismo de mil modos, y en todo momento.

291 Mirad que Dios quiere de vosotros una muerte verdadera y que sin ella no haréis nada jamás; pero no penséis que vais a conseguirla gustando leche y miel de consuelos espirituales y externos, porque es imposible que no sienta dolor el que verdaderamente muere.

XXIX

Humillación y reprensión

292 Permaneced alegres y tranquilos en las humillaciones, en las mortificaciones y cuando os reprendan; no os disculpéis jamás, ni siquiera cuando no seáis culpables del defecto de que se os acusa; hacedlo con el pensamiento de que la humildad es la puerta del Cielo y que, mediante esta virtud, pagaréis una parte de las deudas contraídas por vuestros pecados.

293 Anhelad siempre que os reprendan y que os digan vuestros defectos; pedídselo a vuestros superiores y hermanos.

294 Cuando os reprendan y os echen en cara cualquier defecto, alegraos y gozaos en vuestro corazón diciendo: "Et unde hoc mihi?" ¿De dónde he merecido yo este beneficio de que se me digan mis faltas en el servicio de Dios?